

Dulces delicias de otoño

DULCES DELICIAS DE OTOÑO





PAN FRANCÉS PUMPKIN SPICE



4

PIEZAS



20

MINUTOS

INGREDIENTES

- 1 huevo
- ½ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ¼ taza de puré de calabaza
- 4 rebanadas de pan de caja, sin orillas
- 2 cucharadas de mantequilla
- ¼ taza de azúcar
- 1 cucharada de canela, molida
- ¼ cucharadita de nuez moscada, molida
- ¼ cucharadita de clavo, molido

PREPARACIÓN

- 1** Bate el huevo con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL® y el puré de calabaza hasta integrar por completo los ingredientes.
- 2** Pasa las rebanadas de pan por la mezcla anterior. Calienta un poco de mantequilla y fríe hasta que estén doradas las rebanadas.
- 3** Mezcla el azúcar con la canela, la nuez moscada y el clavo, cubre las rebanadas de pan y ofrece.

Consejo culinario: Puedes acompañar con fresas desinfectadas y rebanadas.

Consejo nutricional: El huevo aporta proteína a tu dieta.



PUMPKIN SPICE BOWL



4 PORCIONES



15 MINUTOS

INGREDIENTES

- 1 taza de hielo
- 1 taza de puré de calabaza
- $\frac{3}{4}$ taza de Alimento a Base de Coco CARNATION® CLAVEL®
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de canela, molida
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de nuez moscada, molida
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de cardamomo, molido
- 1 pizca de clavo de olor, molido
- $\frac{3}{4}$ taza de avena
- $\frac{3}{4}$ taza de amaranto
- $\frac{3}{4}$ taza de yogurt griego, natural
- $\frac{1}{4}$ taza de miel de agave
- 4 galletas integrales con miel

PREPARACIÓN

- 1 Licúa el hielo con el puré de calabaza, $\frac{3}{4}$ taza de Alimento a Base de Coco CARNATION® CLAVEL®, la canela, la nuez moscada, el cardamomo, el clavo, $\frac{1}{2}$ taza de avena, $\frac{1}{2}$ taza de amaranto, el yogurt y la miel de agave.
- 2 Sirve en 4 tazones, decora con las galletas, la avena y el amaranto restante.
- 3 Ofrece.

Consejo culinario: Puedes congelar el puré de calabaza para conservarlo por más tiempo.
Consejo nutricional: La calabaza tiene un alto contenido en fibra.



DONAS DE TOCINO Y MAPLE



4 PIEZAS



45 MINUTOS

INGREDIENTES

DONAS

- $\frac{1}{3}$ sobre de levadura (4 g)
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de azúcar
- 1 $\frac{1}{2}$ cucharadas de agua, tibia
- 1 taza de harina de trigo, pasada por un colador

- 3 cucharadas de azúcar
- $\frac{1}{4}$ taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 huevo
- 1 yema
- 1 cucharada de miel de maple

- $\frac{1}{3}$ barra de mantequilla, a temperatura ambiente (30 g)
 - Aceite vegetal, para freír
- ### GLASEADO

- 1 envase de Leche Condensada LA LECHERA® Untable
- $\frac{1}{4}$ taza de tocino, frito y picado

PREPARACIÓN

1

Mezcla la levadura, $\frac{1}{2}$ cucharadita de azúcar y el agua tibia, deja reposar en un lugar tibio hasta que doble su volumen. Forma una fuente con la harina y 3 cucharadas de azúcar; vierte en el centro la levadura fermentada, la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, 1 huevo, la yema, la miel de maple y la mantequilla. Mezcla todos los ingredientes hasta formar una masa. Amásala y golpéala contra la mesa hasta que esté tersa, elástica y no se te pegue en los dedos. Colócala en un recipiente grande engrasado, cubre con plástico adherente y déjala reposar en un lugar tibio hasta que doble su volumen.

2

Extiende la masa sobre una mesa enharinada con ayuda de un rodillo hasta obtener $\frac{1}{2}$ cm de grosor; con cortadores circulares forma las donas, colócalas en charolas engrasadas y enharinadas, cubre con plástico adherente y déjalas reposar hasta que esponjen. Calienta el aceite y fríe por ambos lados hasta que doren ligeramente, coloca sobre papel absorbente para retirar el exceso de grasa y deja enfriar.

3

Decora las donas con Leche Condensada LA LECHERA® Untable y tocino. Ofrece.

Consejo culinario: Cubre con un trapo húmedo la masa para evitar que se reseque mientras está fermentando.

Consejo nutricional: Utiliza la miel de maple para darles un sabor dulce a tus alimentos.



8

PORCIONES



90

MINUTOS

PANQUÉ DE CHOCOLATE CON CALABAZA

INGREDIENTES

- 2 tazas de harina para hot cakes
- ½ taza de NESQUIK® Mejor Sabor a Chocolate
- 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 1 taza de aceite vegetal
- 5 huevos
- 1 taza de puré de calabaza
- 1 cucharadita de nuez moscada, en polvo
- ½ cucharadita de clavo, molido
- ½ taza de chispas de chocolate

Horno precalentado a 180 °C

PREPARACIÓN

- 1** Bate la harina con el NESQUIK® Mejor Sabor a Chocolate, la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, el aceite, los huevos, el puré de calabaza, nuez moscada, el clavo y las chispas de chocolate. Vierte la mezcla molde para panqué previamente engrasado y enharinado.
- 2** Hornea a 180 °C por 30 minutos o hasta que esté cocido.
- 3** Enfría, desmolda y disfruta.

Consejo culinario: Puedes agregar una taza de pepitas en la mezcla.

Consejo nutricional: La calabaza contiene vitamina C.



PAY DE MANZANA FÁCIL



8 PORCIONES



30 MINUTOS + REFRIGERACIÓN

INGREDIENTES

- 3 cucharadas de mantequilla
- 2 manzanas amarillas, cortadas en medias lunas
- ½ taza de Leche Condensada LA LECHERA®
- ¼ taza de nuez, picada
- 500 g de pasta hojaldre
- 1 huevo, batido ligeramente
- 2 cucharadas de azúcar

Horno precalentado a 200 °C

PREPARACIÓN

- 1 Para las manzanas, calienta la mantequilla y agrega la manzana, la nuez y la Leche Condensada LA LECHERA®; cocina un par de minutos hasta que se suavice.
- 2 Extiende la pasta hojaldre y divide en dos; con una mitad corta círculos de 10 cm de diámetro y con la otra mitad, tiras de 1 cm de ancho aproximadamente. Coloca sobre cada círculo un poco del relleno de manzana y con las tiras forma un trenzado para formar una tarta. Cierra las orillas para formar la tarta.
- 3 Barniza las tartas con un poco de huevo y espolvorea azúcar; hornea a 200 °C de 15 a 20 minutos. Deja enfriar y decora al gusto.

Consejo culinario: Para mantener en buen estado hojas de menta, colócalas en agua y conserva en refrigeración, así evitas que pierdan humedad.

Consejo nutricional: La manzana aporta fibra a tu dieta.



TARTA DE PERA



8

PORCIONES



15

MINUTOS + SOFRENADO

INGREDIENTES

- ½ taza de harina
- 500 gramos de pasta hojaldre
- 5 peras, peladas, cortadas en medias lunas
- ½ barra de mantequilla (45 g)
- 1 bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g)
- 1 cucharadita de canela, molida
- 1 huevo, ligeramente batido
- 1 cucharada de azúcar glass

Horno precalentado a 180 °C

PREPARACIÓN

- 1 Sobre una superficie enharinada, extiende la pasta hojaldre y cubre un molde para tarta previamente engrasado y enharinado. Con la pasta restante corta tiras de pasta y reserva.
- 2 Mezcla las peras, la mantequilla, la bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® y la canela. Vacía en el molde y coloca encima tiras de masa para formar una red. Barniza con huevo, espolvorea con un poco de azúcar y hornea a 180 °C durante 40 minutos o hasta que las peras estén cocidas y la pasta ligeramente dorada.
- 3 Desmolda la tarta, decora con un poco de azúcar glass y ofrece.

Consejo culinario: Extiende la masa sobre papel encerado para que sea más fácil colocarla sobre el refractario.

Consejo nutricional: Si le dejas la cáscara a las peras, aportarás mayor cantidad de fibra a tu dieta.



VOLTEADO DE PERA



10 PORCIONES



40 MINUTOS

INGREDIENTES

- 2 cucharadas de mantequilla
- 2 peras, rebanadas
- 2 cucharadas de azúcar
- 3 huevos
- 2 ½ tazas de harina de trigo
- 1 ½ cucharaditas de polvo para hornear
- 1 taza de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- 2 barras de mantequilla, a temperatura ambiente (90 g c/u)
- 1 lata de Leche Condensada LA LECHERA®

Horno precalentado a 180 °C

PREPARACIÓN

- 1 Calienta la mantequilla hasta que se funda y agrega las peras y el azúcar, mezcla suavemente y cocina por dos minutos a fuego bajo. Coloca las peras en un molde para pastel previamente engrasado y enharina; reserva.
- 2 Acrema la mantequilla, agrega la Leche Condensada LA LECHERA®, los huevos uno a uno e incorpora la harina previamente cernida con el polvo para hornear, alternando con la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, bate hasta integrar por completo y vierte en el molde con las peras.
- 3 Hornea a 180 °C por 55 minutos o hasta que al introducir un palillo este salga limpio. Retira del horno, deja enfriar, desmolda y ofrece.

Consejo culinario: Si lo deseas, puedes agregar trocitos de nuez a la mezcla del pastel.

Consejo nutricional: La pera aporta ácido fólico a tu dieta.





CAFÉ PUMPKIN SPICE

4 PORCIONES

20 MINUTOS

INGREDIENTES

- 1 lata de Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®
- ½ cucharadita de nuez moscada, molida
- 1 ½ cucharaditas de canela, molida
- 1 cucharadita de jengibre, molido
- ¼ cucharadita de clavo de olor, molido
- 1 taza de puré de calabaza, natural
- 2 cucharaditas de Café 100% Puro Soluble NESCAFÉ® CLÁSICO®
- 3 tazas de agua



PREPARACIÓN

- 1 Calienta la Leche Evaporada CARNATION® CLAVEL®, la nuez moscada, 1 cucharadita de canela, el jengibre, el clavo de olor, el puré de calabaza, el Café 100% Puro Soluble NESCAFÉ® CLÁSICO® y el agua hasta que espese ligeramente moviendo ocasionalmente.
- 2 Sirve en tazas y decora con la canela restante.
- 3 Disfruta.

Consejo culinario: Puedes añadir una bolsita de Leche Condensada LA LECHERA® (209 g) a la preparación y hacer paletas heladas.

Consejo nutricional: La nuez moscada aporta vitamina A.

Realización:

RECETAS NESTLÉ®
Alejandro Issa
Yamel Barrera
Alejandro Antonio
América Navarrete
Andrea Rodríguez

Diseño e Ilustración:

Rajel Sandoval

Edición gastronómica:

Mariana Ortega

Desarrollo y Degustación de Recetas:

Chef Mariana Ortega
Chef Jonathan Núñez
Sub chef Noé Medina
Sub chef Abraham Gómez
Sub chef Ángeles Medina
Sub chef Tania Sánchez

Estilismo de Alimentos:

Mariana Ortega
Studio Becky Treves

Fotografía:

León Rafael

Publicado y editado por:

Marcas Nestlé S.A. de C.V.

Boulevard Miguel de Cervantes Saavedra 301,
PB, Torre Sur, Col. Granada, Del. Miguel Hidalgo,
C.P. 11520, Ciudad de México.

LA LECHERA®, CARNATION® CLAVEL®,
NESCAFÉ®, NESQUIK® y sus diseños son marcas
registradas, utilizadas bajo la licencia de su
titular, Société des Produits NESTLÉ, S.A., Case
Postale 353, 1800, Vevey, Suiza.

Prohibida su reproducción parcial o total.



Recetas
Nestlé
.com.mx

DESCUBRE MÁS
RECETAS EN:
f i y p d

